

# 給食だより



令和5年7月号  
佐倉市立上志津中学校

梅雨が明けると、いよいよ本格的な夏がやってきます。暑くなり始めるこの時期は、暑さに身体が慣れていないので、熱中症等に気をつけて過ごしてください。

## ○給食片付け調査を行いました！

5月から6月にかけて、給食片付け調査を行いました。給食の時間は美味しく食べる時間だけではなく、準備時間から始まり、片付けが終了するまで続きます。

片付けが正しくできていないと、普段から片付けをしてくれている調理員さん達の作業が大変になったり、食器かごや食缶を落としたりと、事故になる要因にもなります。

今回の調査は、5日間片付けの採点を行いました。

結果は以下の通りとなりました。

### 🌸 第1位 2年1組 (100点)

片付けが正しくできているだけでなく、とてもキレイに食器かご等を置くことができていました。

いつも片付けが上手にできているクラスです🌸

### 第2位 3年1組 3年2組 (95点)

1日だけ食缶の位置を間違えて置いてしまっていました、ほとんど正しくお片付けができていました。いつもは気をつけて頑張ることができていると思います。これからも頑張ってくださいね。

### 第3位 1年1組 (94点)

片付け調査最終日前まではパーフェクトにお片付けが出来ていました。最終日、食缶の位置と食器の配置が惜しかったのでこれから気を付けていきましょうね。

## ○7月は旬のとうもろこしを提供します。

上志津中学校では、7月11日(火)に八街市で採れたとても甘いとうもろこしを提供します。

品種は「ゴールドラッシュ」です。

ゴールドラッシュは皮が薄く、本来のとうもろこしより甘みが強く品種改良されたとうもろこしです。



## 全国の郷土料理を知ろう! ~ 三重県 ~

三重県は、山、林、川など、とても広大な自然と約1,000kmにもおよぶ海岸がある県です。伊勢湾では貝、たこ、伊勢海老、鰯、かれい等の水産業が盛んです。また、鮫もよくとれるため、郷土料理として親しまれています。

### 三重県の郷土料理

- ・たこ飯・・・たこ漁は、狭いところに入るたこの習性をいかし、「たこつぼ」を使って、一年中行われています。三重県では、昔からたこ漁が盛んで、売り物にならないたこは「たこ飯」として食べられていました。たこ飯は、たことご飯と一緒に炊き込むもの、煮たたこをご飯に乗せたり混ぜたりするもの、両方を組み合わせたもの、と複数の作り方があります。
- ・盆汁・・・7種類の夏野菜を使ったみそ汁で、お盆のお供えのひとつです。昔はお盆には肉や魚を食べない習慣があり、その代わりとして旬の野菜をたくさん使った栄養たっぷりの盆汁が作られました。具材は「里芋、だつ(さといもの茎)、にんじん、ごぼう、なす、枝豆、かぼちゃ、油揚げ」などで、かつお節や煮干しのだし汁は使用しないのが特徴です。現在は「だつ(さといもの茎)」があまり出回っていないこともあり、赤いだつの代わりにみょうがを入れる家庭が多いようです。

### 🌸 たこ飯 4人分



#### (材料)

米	2合
たこ	200g
しょうが	20g
☆ 酒	60g
みりん	15ml
しょうゆ	45ml

#### (作り方)

- ① たこは、塩で洗ってぬめりを取り、2cm程度に切る。しょうがは千切りにする。
- ② 米を研いだ後、釜に米と①と☆の調味料をいれて、規定の水分を入れて炊く。
- ③ 炊きあがった後、よく混ぜたら出来上がりです。